Recomendacion
cuidado de prótesi
dental, alimentación
POR: OD. ARIANA BRAV

¿Qué es?

Alimentos que se consumen diario

Unidad de alimentación

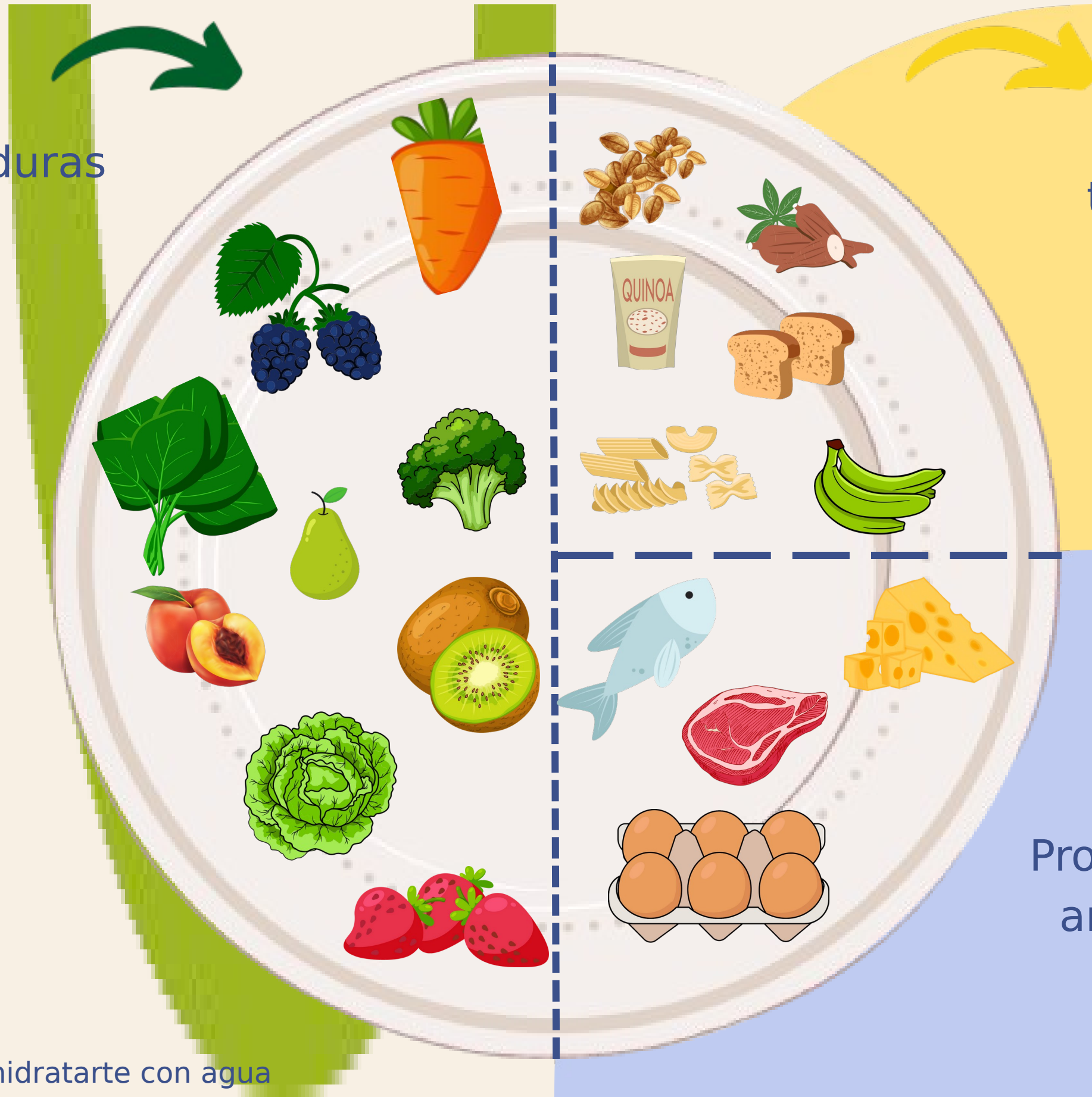
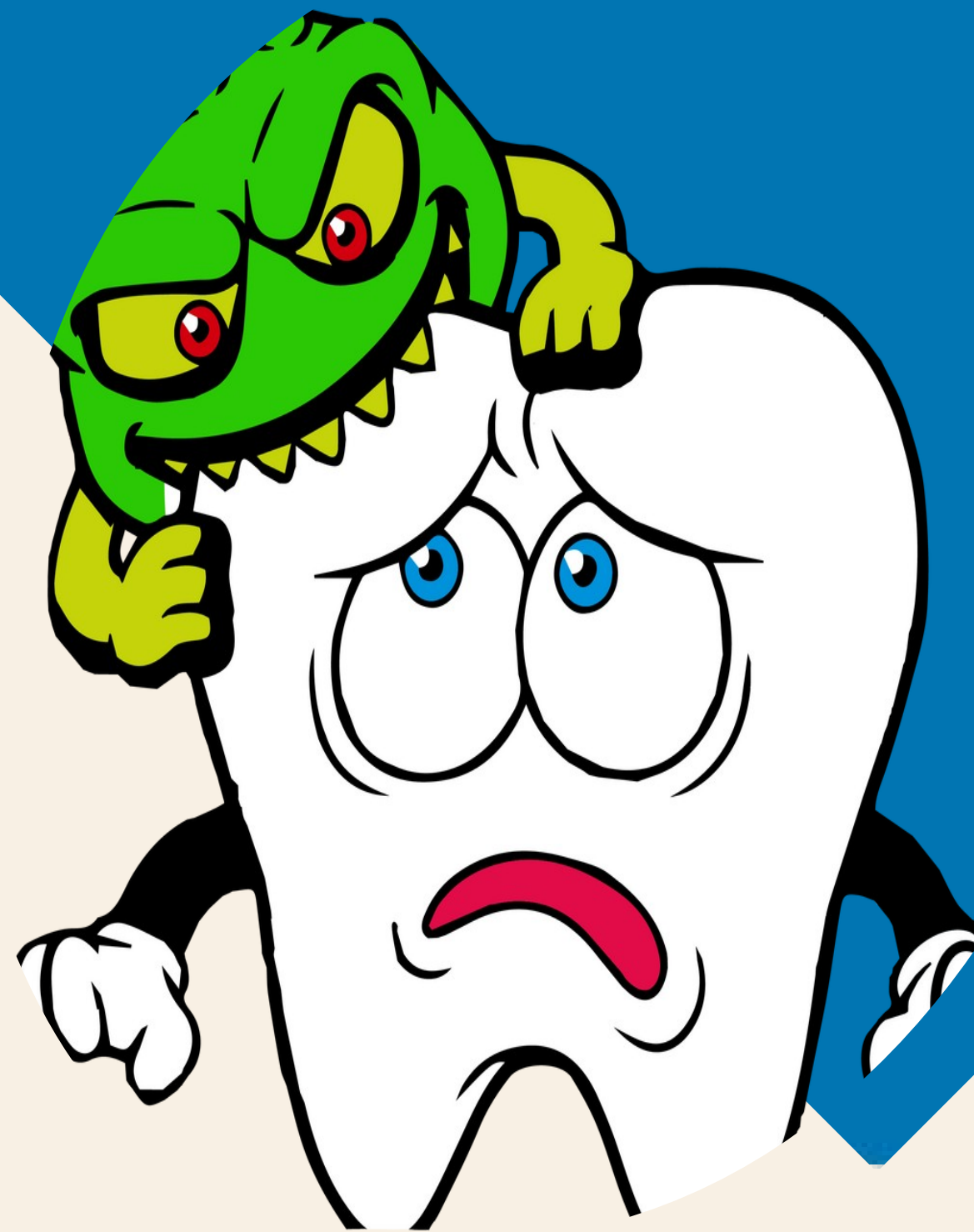
Cadena alimenticia

5 comidas al día

Hidratos de carbono de cadena larga: papa, yuca, verde

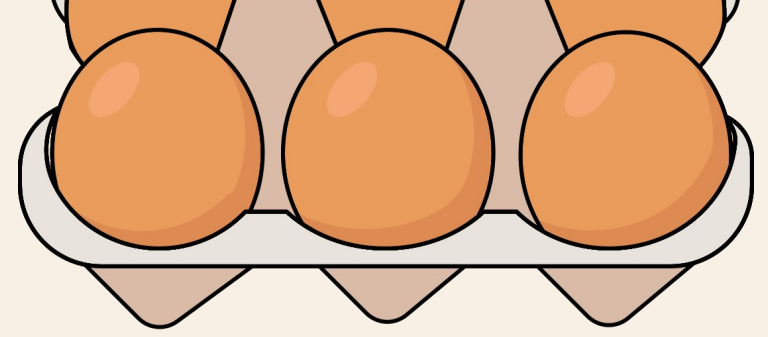
Frutas y verduras

Carnes blancas, pescado, carnes rojas

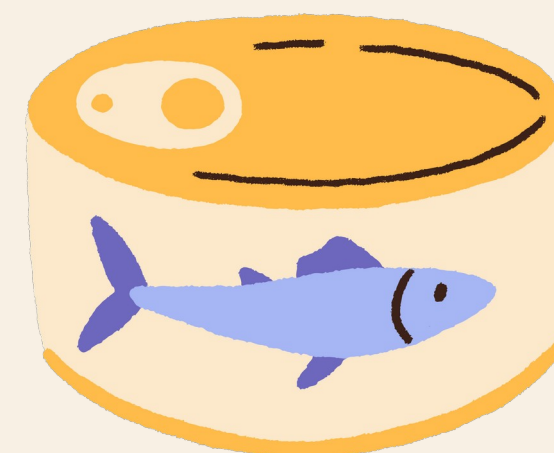
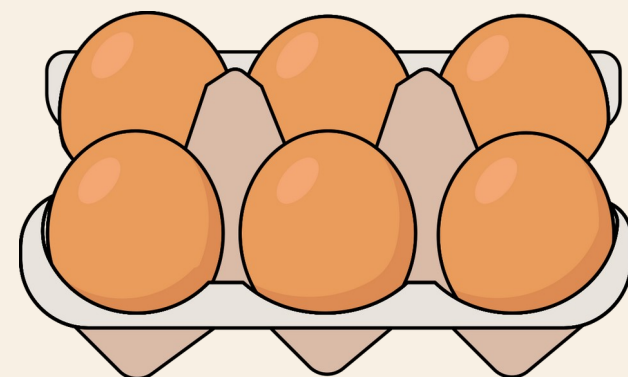
Frutas y verduras
Cereales y
tubérculos
QUINOA
Productos de origen
animal (Proteína)
No olvides hidratarte con agua

Dieta y su relación con la caries

Azúcar

Más pegajoso

Sabias que..

los líquidos con
azúcar son menos
cariogénicos que los
sólidos

ESTIMULAR CONSUMO
DE ALIMENTOS
PROTECTORES

Factores protectores

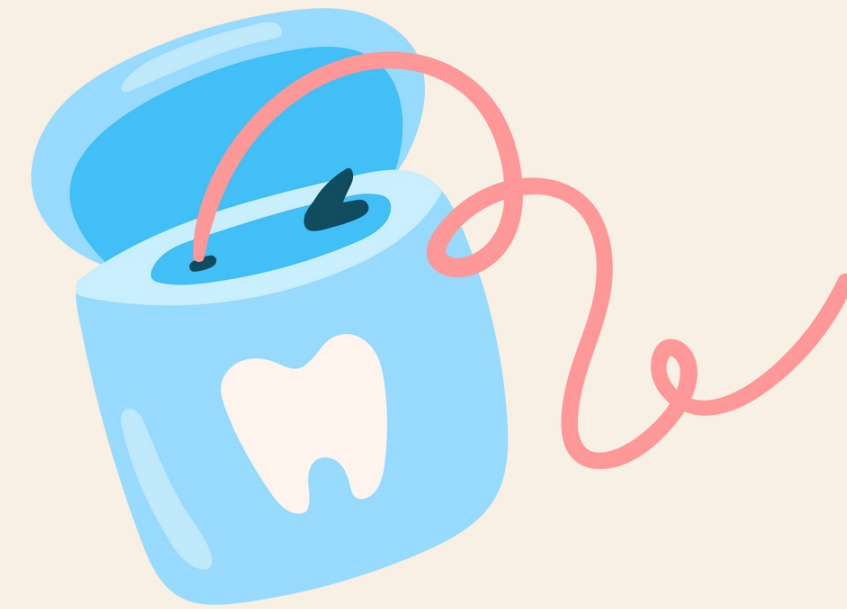
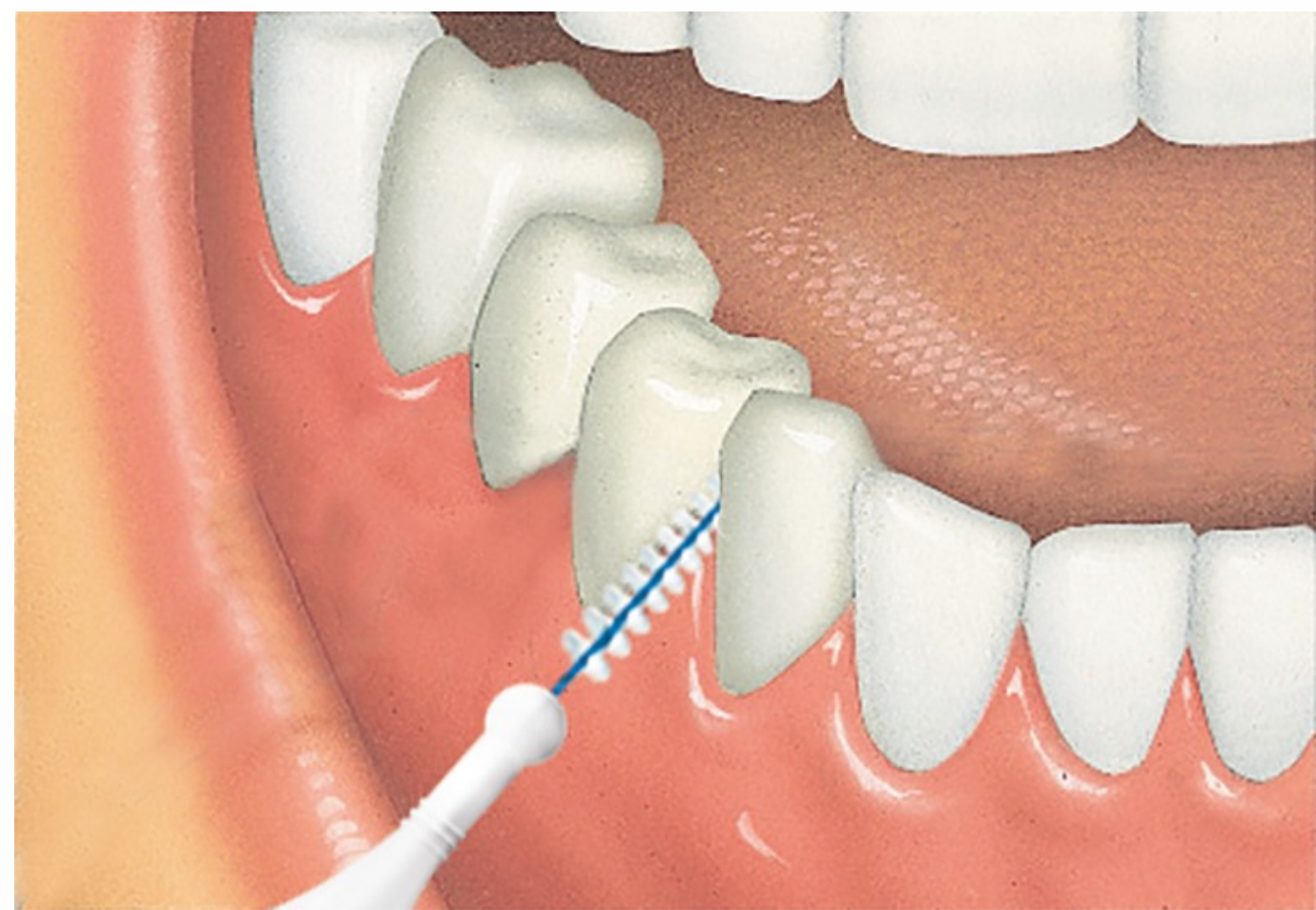
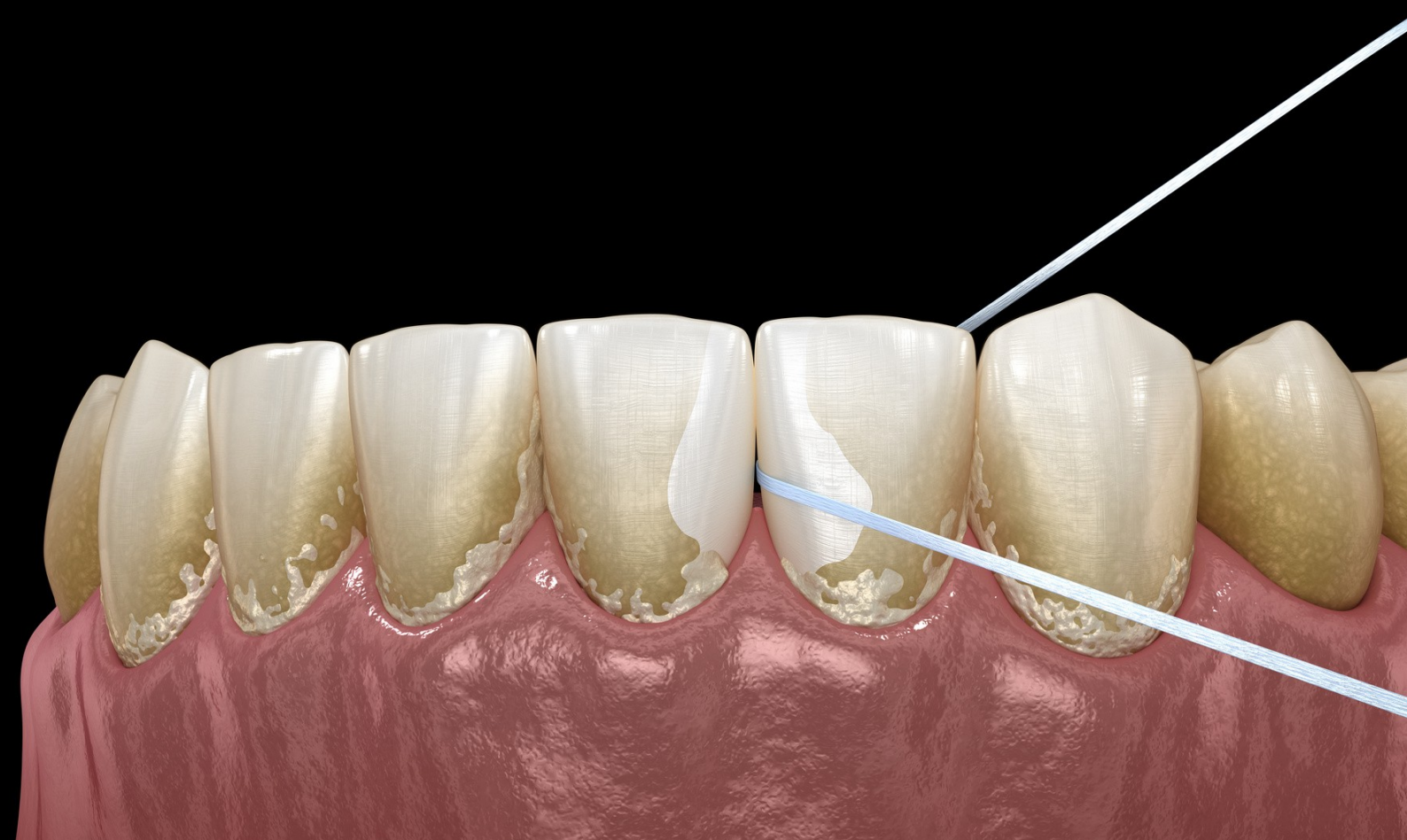
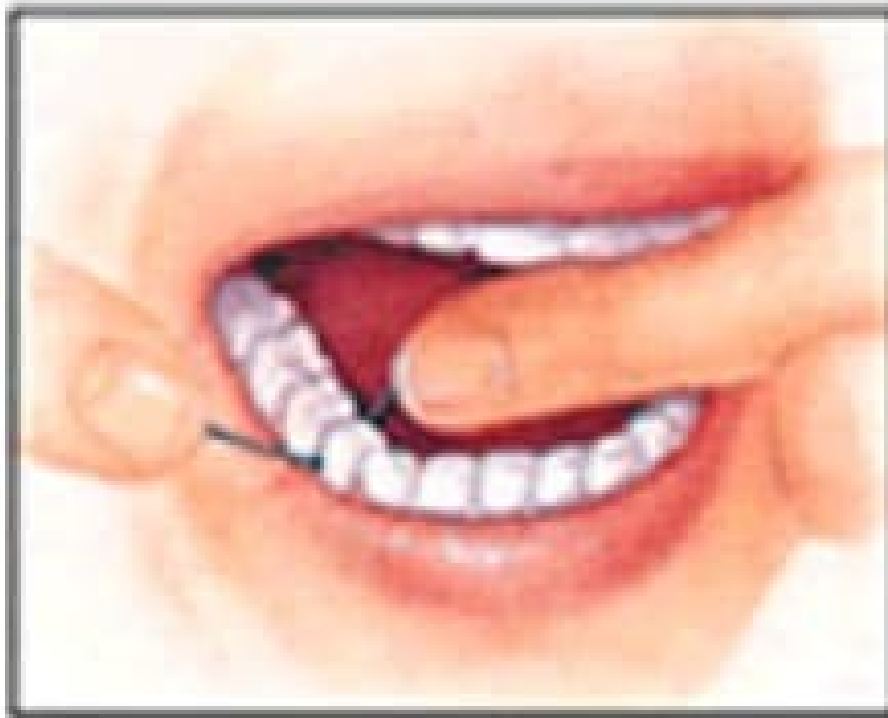
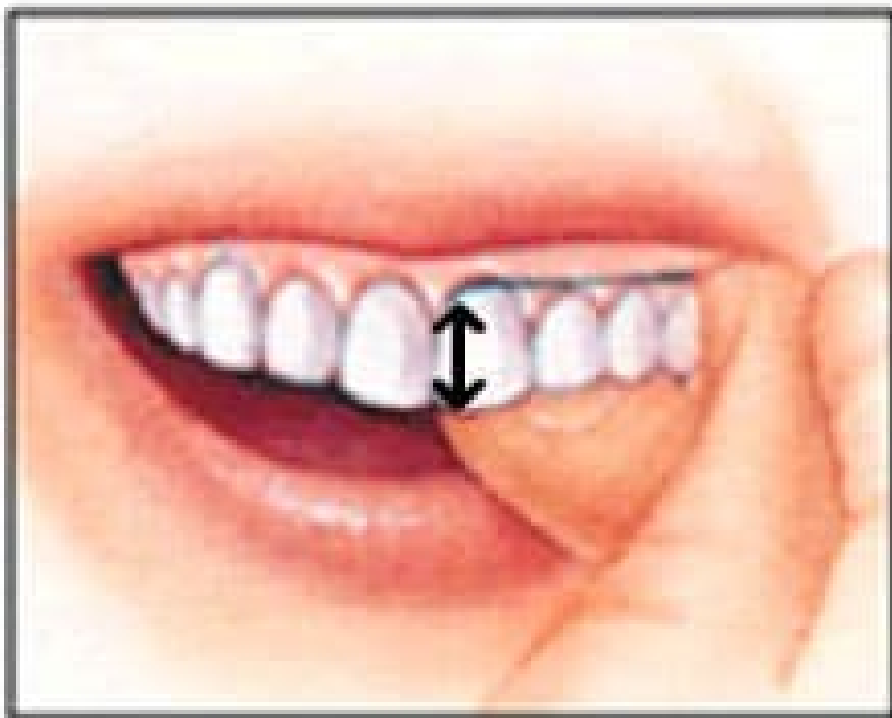
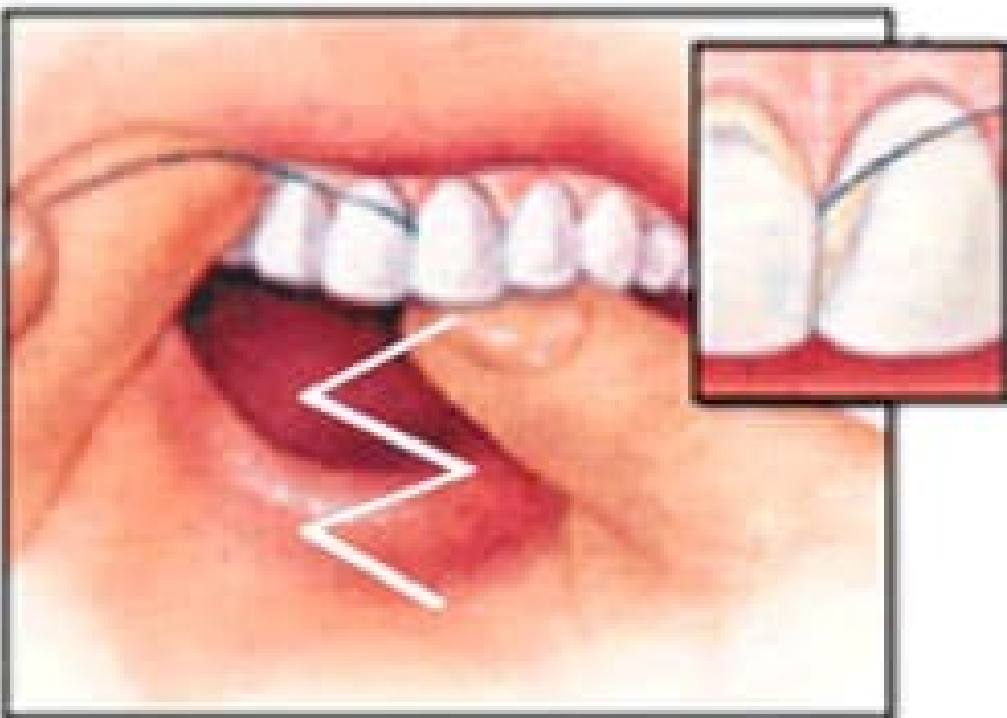
Componentes de algunos alimentos evitan la caries

¿Cómo se despejan los restos de comida?

- Saliva
- Lengua
- Labios
- CEPILLADO
- HILO DENTAL
- Alimentos detergentes

ETIQUETAS DE ALIMENTOS

Hábitos adecuados de higiene bucodental son imprescindibles para mantener la boca sana y prevenir las enfermedades periodentales y la caries.

Los productos para llevar a cabo una correcta higiene bucodental pueden ser mecánicos o químicos.

- Sistemas mecánicos. Cepillado, hilo/seda dental e irrigadores.
- Sistemas químicos. Dentífricos, geles y colutorios.

Pueden ser manuales o eléctricos, y sus filamentos tienen distintos grados de dureza: duro, medio, suave o ultrasuave.

Su uso se consigue una máxima acción reductora de la placa bacteriana.
Se debe introducir entre los dientes y recorrer su borde, en especial la zona cercana a la encía.

Hay diversas fórmulas de dentífricos, que se adaptan a las necesidades de distintos tipos de usuario: blanqueadores, para encías sensibles, antiplaca, para dientes sensibles

CUIDADO DE LA PROTESIS DENTAL

Extraiga la prótesis dental

Límpiela manualmente

Limpie sus encías

Enjuáguese la boca

Ponga en remojo la prótesis

Remojar Con Corega Tabs.

En 1 vaso de agua tibia, colocar 1 tableta de Corega Tabs con Suficiente agua tibia para cubrir la prótesis dental. Dejarla remojar en la solución efervescente durante 5 minutos.

Retirar y cepillar.

Retira la prótesis de la solución. Completar la limpieza con un sueave cepillado.

3.

Enjuagar

Enjuagar la prótesis con agua corriente. Descartar la solución.

¡Muchas gracias!